नेशनल बेस्टसेलर

आई डोंट लव यू ऐनिमोर

(I Don't Love You Anymore)

आगे बढ़ें और अपना सर्वश्रेष्ठ जीवन जीएँ

ऋत्विक सिंह

आई डोंट लव यू एनिमोर

ऋत्विक सिंह
Rithvik Singh

मेरी माँ के लिए,

मेरा दिल आपके लिए अर्पित है।

आपका शुक्रिया, एकमात्र व्यक्ति होने के लिए, जो हमेशा मुझसे प्यार करता है, यहाँ तक कि मेरे सबसे बुरे समय में भी।

यह किताब आपको एक साथ कई सारी चीजें महसूस कराएगी।
ठीक वैसे ही, जैसे कभी-कभी जिंदगी भी कराती है।

प्रिय पाठक,

मैं आपसे प्यार करता हूँ। और मुझे उम्मीद है कि आप खुद से इतना प्यार करोगे कि जो भी आपका दिल तोड़ता है, उसे छोड़ दोगे। आपका दिल पूजा के लिए है, युद्धक्षेत्र में बदलने के लिए नहीं।

मुझे उम्मीद है, यह किताब आपको एक गर्मजोशी भरे आलिंगन की तरह लगेगी। मैंने यह किताब उन लोगों के लिए लिखी है, जो हर चीज को बहुत गहराई से महसूस करते हैं। आप सही हो। मैंने यह किताब आपके लिए ही लिखी है।

अगर आप किसी ऐसे को जानते हैं, जो आपको इतना चाहता था कि आपको खोने से खौफजदा हो जाता था। मुझे उम्मीद है, आप जानते हैं कि ऐसे किसी का मिलना कितना दुर्लभ है। ऐसा कोई जो आपके खाने की मेज पर फूल रख जाए, आपके माथे को चूमे और आपके दिल को महका दे। ऐसा कोई जो आपके दिल के टुकड़ों को कोमलता से सहेज के रखे, उन दिनों, जब जिंदगी बहुत ज्यादा मुश्किल हो जाए। अगर आप कभी किसी ऐसे को जानते थे, जो आपको ऐसे चाहता था, जैसे आसमान अपने तारों को, मैं उम्मीद करता हूँ, आपने अंत में उनका दिल न तोड़ा हो। और अगर आपने ऐसा किया था, तो मैं आशा करता हूँ कि जिंदगी आपका भी दिल तोड़े।

आपके अंदर जज्बातों का जंगल है। काश, आपको कोई ऐसा शख्स मिल जाए, जिसे आपकी रूह को सींचना आता हो। कोई ऐसा, जो सिर्फ आपकी नामौजूदगी को सिर्फ महसूस ही न करे, बल्कि उससे नफरत करे। ऐसा कोई, जो आपको कभी यह सवाल पूछने न दे कि क्या आप मूल तौर पर प्यार के काबिल हैं—यदि आप प्यार पाने के अधिकारी हैं। ऐसा कोई जो आपको ऐसे प्यार करे, जैसे कि वे बने ही इसलिए हैं—आपको तहे दिल से चाहने के लिए। ऐसा कोई, जो आपको उन दिनों से भी आपकी चाहत करवा दे, जो कभी आपने सोचे भी न हो कि आप देखने के लिए जिंदा होंगे। ऐसा कोई जो कभी आपको खुद पर नाउम्मीद न होने दे, आपको वो सारी मोहब्बत देकर, जिसके आप अधिकारी हैं।

एक मरता हुआ मरीज है, जो जिंदगी से इश्क कर बैठा है। एक लावारिस, जो सोचता है कि उसके माता-पिता जिंदा हैं। एक सिपाही की पत्नी, जो अपने मरे हुए पति से चिट्ठी का इंतजार कर रही है। एक मुरझाया फूल, जो बहार के आने का इंतजार कर रहा है। हम सब कितने अलग हैं, फिर भी एक जैसे—उन चीजों को पाने के लिए, जो हमें मिल नहीं सकतीं और भगवान् से प्रार्थना करते रहने को, जो सुनने से इनकार करता है।

आपका दिल एक अपराध-स्थल है। शेल्फों पर पुरानी चिट्ठियों का ढेर रखा है। इस जगह पर यादों की बदबू है। हर कोने पर खून है, पर वहाँ प्यार भी है—बहुत सारा प्रेम।

अकसर आप जिस शख्स के लिए शहरों को जलाने के लिए ऐतराज नहीं करते, यह वही शख्स होता है, जो आपको आग में छोड़ जाने से नहीं हिचकता। आपको उस शख्स के लिए अपनी जान लेने में भी ऐतराज नहीं होगा, वह जो आपको हलके में लेना बंद नहीं करता।

मेरा दिल नास्तिकों की जमीन पर एक मठ सा है। उनके लिए प्रार्थनाओं के कोई मायने नहीं, पर मेरी सारी प्रार्थनाएँ वैसे भी उनके लिए हैं भी नहीं। वे सिर्फ तुम्हारे लिए रही हैं, सिर्फ तुम्हारे लिए।

वो कहते हैं बरसों लगते हैं छोड़ने को,

पर कितने बरस?

कितने और बरस, जब मैं आखिरकार सुबह कॉफी बनाऊँ और उसमें ज्यादा शक्कर न डालूँ, क्योंकि तुम्हें वो इस तरह से पसंद है? कब मैं मॉल जाऊँ और किताब-घर में घंटा न बिताऊँ, क्योंकि तुम किताबों को मुझसे ज्यादा प्यार करती थी? कब मैं आसमान के बदलते रंगों के साथ उसकी तसवीरें खींचना और उन्हें फोल्डर में सँभालना···काश, मैं तुम्हें भेज पाऊँ, बंद करूँगा? कब मैं गुलाबों को सूरजमुखियों से ज्यादा चाह पाऊँगा? कब तक मैं अपनी जिंदगी को तुम्हारा बने रहने से बंद करूँगा, क्योंकि अब तुम मेरे नहीं रहे? यह सबके लिए एक जैसा नहीं होता, तुमने देखा।

तुम्हें दो पल लगे छोड़ने को, पर मुझे उम्र लग रही है।

तुमने जो फूल मुझे दिए थे, रखे हैं किताबों के पन्नों में, जिन्हें मैंने ताउम्र चाहा है। मैं दिखावा करता हूँ कि अब तुम्हें नहीं चाहता, पर ख़ुद को मैंने उन्हीं किताबों को समय-समय पर खोलते हुए पकड़ा है।

वो तुम्हारे साथ उस कमरे की तरह व्यवहार करते हैं

जिस पर वो यदा-कदा आते हैं। तुम्हें अपने आप को किसी ऐसे के लिए गँवाने की जरूरत नहीं, जिसका प्यार लहरों में आता हो।

कुछ लोग आपके जेहन में बसे गानों जैसे होते हैं। आप उनकी कमी को ऐसे महसूस करते हैं, जैसे आप वह गाना गुनगुनाते हैं—अनजाने में, पर लगातार। आपको गीत के बोल याद नहीं हैं, आप उन्हें अच्छी तरह से जानते भी नहीं। आप बस इतना जानते हैं कि आप उन्हें अपने जेहन से निकाल नहीं सकते।

मेरे बिना,
तुम्हें कभी भी
चूमने वाले लबों की कमी नहीं होगी,
पर तुम्हें हमेशा
प्यार की कमी रहेगी।
हमेशा।

मधुमक्खियों को
तुमसे जलन होगी,
क्योंकि तुम्हारे पास
मधुर आवाज है।
हमारी पुतलियों में
फूल बसे हैं,
जो हर बार
हमारे मिलने पर
खिल जाते हैं।

काश, तुम्हारा गम तुम्हें हमदर्दी दे जाए—
बस इतनी कि नरमी तुम्हारी अदा बन जाए,
चाहे जो भी हो

तुम कोई ऐसा फूल नहीं
जिसे तोड़ा जा सके
और किसी के बालों में सजाया जा सके।
तुम तो ऐसा गुल हो,
जो लोगों के तोड़ने के लिए बेहद खूबसूरत है।
उस किस्म का फूल
जिसे खिले रहने का हक है।

हम प्रेस्ट्री की दुकान में हैं, पर तुम्हारी आवाज यहाँ सबसे मीठी चीज है। बाहर शहतूत के पेड़ हैं, पर मैं अपना ध्यान तुमसे हटा नहीं पा रहा। तुममें प्यार उमड़ रहा है, मैं इसे तुम्हारी आँखों की चमक में देख पा रहा हूँ।

कभी-कभी किसी से प्यार करना पतझड़ के मौसम सा महसूस होता है, जो छोड़ के जाने से इनकार कर देता है। तब आप समझ पाते हैं कि अब जाने का वक्त आ गया है।

तुम एकाग्रता के शिविर में उम्मीद की चिट्ठी हो। एक बंजर जमीन पर इकलौता फूल। तुम्हारी रूह में कविताएँ गुँथी हैं। मुझे बताया गया है कि फूल भी शरमा जाते हैं, जब तुम उन्हें छूती हो। इस मामूली सी दुनिया में तुम मुकम्मल करिश्मा हो। ऐसा कोई, जिसके बारे में लोग (उपन्यास) कहानी लिखते हैं।

मैं तुम्हारे दिल में जो चल रहा है, उससे हमेशा अनजान ही रहूँगा। मैं हमेशा यही सोचता रहूँगा कि क्या उसमें मेरे लिए जगह है?

तुम देखो, यह किसी जादू से कम नहीं
कि जो तुम्हारी मौजूदगी में मेरे साथ होता है।

उन लोगों के साथ चीजें मुश्किल होती हैं, जो आपको गहरा प्यार नहीं करते। वह लोग जिनका प्यार समंदर नहीं, पर उसकी लहरों जैसा होता है, जो आपको हमेशा दुविधा में छोड़ देते हैं। वह आपको कहते नहीं कि वो आपसे प्यार करते हैं, पर वो यह भी मानते नहीं कि वो आपसे प्यार नहीं करते। वो आपका हाथ तो थामते हैं, पर दिल नहीं सँभालते। वो आपको अपने दिल में जगह तो देते हैं, पर आपको उसमें रहने नहीं देते।

कुछ ऐसे लोग हैं, जो आपके पास वापस तभी आते हैं,

जब उन्हें दुनिया ने दूर धकेल दिया हो, और कोई ऐसा भी होगा, जो आपके घर की दहलीज पर हाथों में गुलदस्ता लिये आपका इंतजार कर रहा होगा, भले ही सैकड़ों आवाजें उन्हें रुकने की गुजारिश कर रही होंगी। समझदारी से चुनाव करें।

आप हवाई अड्डे पर हैं, उनके गले लगे उन्हें अलविदा कहते हुए। आप जानते थे कि यह चुभेगा, पर जो दर्द आपने सोचा था, वह इससे कहीं कम था। हर एक कदम उन्हें आपसे दूर ले जा रहा है। आपने अपनी महक को स्कार्फ वो पहने हुए हैं, उसमें छोड़ दी। उनके हाथों में जिन्हें आप बहुत-बहुत लंबे समय तक पकड़ेंगे नहीं। उनके कानों के पीछे, जहाँ आपने उनको चूमा था। उस नीली कमीज में जो वह ज्यादा अकसर पहनते थे, क्योंकि वह आपको पसंद थी। कितना कुछ है आपका, जो वह अपने साथ ले जा रहे हैं, पर आप उनके साथ नहीं जा सकते। आप उन्हें रोकना चाहते हैं, पर आप तो पैरों में जंजीर बँधे परिंदे सा महसूस कर रहे हैं। आप सुबह के अखबार से भी ज्यादा मायूसी से भरे हैं। आप उन्हें इतना ज्यादा चाहते हैं कि आप उन्हें बढ़ने नहीं देना चाहते।

काश आपके जख्मों का भरना आपको बरसात के बाद वाली नदी में तबदील कर दे।

जब भी तुम मेरे आसपास होते हो, मेरे पास अलफाज
ही नहीं बचते—यह हकीकत है।
मैं जिंदगी बसर करने के लिए लिखता हूँ, पर जीता
तुम्हारे लिए हूँ।

मुझे सब याद है तुम्हारे बारे में, पर कुछ भी ऐसा नहीं, जिसके लिए मैं तुम्हें प्यार कर सकूँ। तुम्हारा मुझे दर्द में देखके हँसना याद है, फोन पटकना और दरवाजा मेरे मुँह पे बंद कर देना। मुझ पे गरम चाय फेंकना और मुझे घबराहट में डूबे एक कोने में बैठे देखना। याद है मुझे—मुझे सिनेमा ले जाना और मेरा हाथ थामे हुए डेटिंग ऐप चलाना। मेरा यकीन करो, मेरे लिए लोगों को छोड़ना बहुत कठिन है, इसके बावजूद कि वो मुझे यह दिखा दें कि उन्हें अब मेरी जरूरत नहीं, पर मेरे दिल को सब याद है, जो तुमने मेरे साथ किया है। ये सब इसलिए, क्योंकि मैंने तुम्हें चाहा था। सब इसलिए, क्योंकि मुझे भरोसा था कि सिर्फ एक बार, कि कोई शख्स मेरा दिल तोड़ना नहीं चुनेगा। पर अब अरसा हो गया मुझे उदास हुए, महीनों बीत गए मुझे बाथरूम की जमीन पर रोए। मेरा विश्वास करो, मैं खुश हूँ कि अब मैं तुम्हें प्यार नहीं करता।

आपके दिल में थोड़ी कसक रह जाती है, जब आप उनसे घंटों बात करने के बाद फोन रखते हैं। आप कुछ और मिनट उनको मेट्रो स्टेशन पर अलविदा करने से पहले गले लगाते हैं। आप उनके साथ दस दिन बिताने के बाद भी ग्यारहवें दिन की उम्मीद करते हैं। आपको उनसे प्यार है—जैसे वे अपनी भौंहें बातों के बीच उठाते हैं, कैसे उनके आड़े-टेढ़े दाँत सबसे प्यारी मुसकान बनाते हैं, कैसे वे घंटों एक बेकार से चुटकुले पर हँसते हैं, और कैसे उनकी आँखें आपका चेहरा देखकर बड़ी और चमकीली हो जाती हैं! उन्हें कभी जाने न दो, ठीक?

मैंने प्यार में होने पर कविताएँ
लिखी हैं
और दर्द में होने पर भी
कविताएँ लिखी हैं,
कितनी हैरानी की बात है
कि पढ़ने में सब
बिल्कुल एक जैसी लगती हैं।

प्यार तुम्हारे लिए हमेशा एक शख्स रहा
कितनी दुखद बात है
कि वह शख्स आप कभी नहीं थे।

मैं नाटक के नौ अंक एक दिन में देखूँगा, यह आखरिरी देखना टालता रहूँगा। जब चीजें बदल जाती हैं। जब किस्मत बदल जाती है। मैं उसे देखने से कतराता हूँ। मैं कोशिश करता हूँ कि उसे अंत तक न ले जाऊँ। मैं अपनी उत्सुकता को दबा देता हूँ और कोई दूसरा नाटक देखना शुरू कर देता हूँ। मैं बाहर जाता हूँ और दोस्त से मिलता हूँ। मैं वह सब करता हूँ कि नाटक का अंत न हो। पर मुझे अंत का सामना करना पड़ेगा, कोई फर्क नहीं पड़ता कि यह मुझे कितना डराता है, या मैं इससे कितना दूर भागता हूँ। मैं जानता हूँ कि नाटक पहले ही खत्म हो चुका है। मैं जानता हूँ कि अंत बदलेगा नहीं। यह नाटकों के बारे में नहीं है।

मैं उस किस्म का शख्स नहीं, जो उन लोगों के लिए अच्छे की दुआ करूँ, जिन्होंने मेरे साथ गलत किया हो।

मेरी माँ ने तुमसे बात की तो उनके मुँह से फूल बरस रहे थे, पर तुम्हारे लफ्ज काँटे थे, जो उनके दिल को छलनी कर रहे थे। तुम खुशियों के लायक नहीं।

मैंने तुम्हें उन दिनों सँभाला, जब सूरज ने भी तुम्हें रोशनी देने से इनकार कर दिया, पर तुमने मेरी दयालुता का फायदा उठाया और मुझे उस रात छोड़ के चले गए। मुझे नफरत है, जो तुमने मेरे दिल के साथ किया।

जब मुझे तुम्हारी सबसे ज्यादा जरूरत थी, तुमने मुझे मेरे डर और भूतों के साथ अकेला छोड़ दिया। मैं माफी चाहता हूँ, पर मैं इतना भी फरिश्ता नहीं कि तुम्हें दर्द में देखकर मुझे बुरा न लगे। तुम इसी के लायक हो। तुमने यही हासिल किया है।

प्यार

ये किसी के साथ रात को चाय पीना है, जिन्हें रात में चाय पीने की आदत है, सिर्फ उनका साथ देने के लिए।

शहरों के बीच का फासला भुलाने में और अपने चेहरे पर मुसकान लिये उसे पार करने में—सिर्फ उस शख्स के चेहरे पर मुसकान लाने के लिए, जिन्हें आप चाहते हैं।

फूलों की दुकान देखना और किसी के लिए तुरंत ले लेना।

रात को वीडियो कॉल पर बैठना और एक-दूसरे से बात न करना, क्योंकि आप दोनों थक गए हो, पर कभी भी इतने थके हुए नहीं कि एक-दूसरे को समय न दे पाएँ।

व्यस्त गलियों में हाथ थामना और व्यस्त हफ्तों के अंत में उन्हें कसकर थामना।

यह फासलों को आपके जज्बातों को बदलने से इनकार में है।

इस बात को पक्का करना कि प्यार कभी जाता नहीं।

आप पहाड़ी इलाके में हैं, और इतनी धुंध है कि सूरज दिखाई नहीं दे रहा, पर इससे वह जगह कम खूबसूरत नहीं हो जाती। सिर्फ इसलिए कि आपका रास्ता साफ नहीं, इसका मतलब यह तो नहीं कि रोशनी है ही नहीं। इसका मतलब यह नहीं कि सफर खूबसूरत नहीं या उसकी कीमत नहीं!

आपका दिल उठाने में सबसे भारी चीज बन जाता है, जब वह किसे के प्रति प्यार में उमड़ रहा हो, उसके लिए जो आपको प्यार के नाकाबिल महसूस करवा के छोड़ जाए।

तुम्हारी आँखें मुझे बता रही हैं कि वो क्या कर रहा है तुम्हारे दिल के साथ, पिछली बार जब मैंने तुम्हें देखा था तो उनमें सूरजमूखी थे, और अब वे सब टूटकर बिखर रहे हैं।

ऐसा कोई शख्स, जिसे ताउम्र मायूसी ने चाहा है, जाहिर है कि वह किसी ऐसे शख्स से प्यार कर बैठे, जिसने उसे हँसाया हो—क्योंकि खोखले इनसानों से भरी हवेली के पीछे गुलाब आसानी से उगाए जा सकते हैं, पर खास तो यह है कि जब बाड़ बाग के आखिरी फूल को तोड़ दे और कोई उसे उठा ले, उसे पानी भरे गुलदस्ते में डाले और स्नेह से देखे। वह फूल बचेगा नहीं, पर कम-से-कम वह एक बार फिर से प्यार महसूस कर पाया।

तुम पूछते हो मुझसे कि क्या मुझे कभी पहले चाहा गया है, और मैं कहता हूँ, तुम्हें मैंने चाहा था और मुझे छोड़ दिया गया—कभी कोई इतना लंबा रुका ही नहीं कि यह सवाल पूछ सके।

मुझे ऐतराज है तुम्हारी मौजूदगी से। बहुत डरता हूँ
कि तुम्हारी गैरहाजिरी मुझे क्या कर सकती है!

मैं सबसे पहला शख्स होऊँ, जो तुम्हारे लिए अपनी बाँहों को खोलूँगा और आखिरी, जिसे तुम गले लगाना चाहोगी।

जिस दिन से हम मिले हैं
मैं कुछ ज्यादा बेखबर हो गया हूँ।
अब मैं बेफिक्र हूँ—
यह जानकर कि मैंने किसी ऐसे को ढूँढ़ लिया है
जिसे मेरे दिल की फिक्र है।

और जब थक जाओ तुम
दोबारा न सोचना मेरे आगोश में आने को,
थक मैं भी गया हूँ,
पर तुम्हारे लिए मेरा प्यार कभी कम न होगा

तुम सुबह के 'गुड मॉर्निंग' के मैसेज में दिल लगाना भूल जाओ, बिना वजह घंटों गायब रहोगे। बातचीत के बीच अचानक मुझसे गुस्सा हो जाओगे। जानते हुए भी कि मैं परेशान हूँ, सो जाओगे। अगले दिन मैं तुम्हारे साथ गाड़ी में होऊँ। तुम मुझसे पूछोगे नहीं कि क्या हुआ, और मैं बताने से घबराऊँगी। मैंने कहा था तुम्हें कि मैं ज्यादा सोचती हूँ और तुमने यह सुनिश्चित कर दिया कि मैं कभी रुक नहीं पाऊँगी।

तुम्हारी रूह टूटे तारों में तबदील हो जाएगी;
तुम्हारे होने का एक-एक कण उनके लिए चमकेगा।

मैं अब महीनों से गुलाब के पौधे को सींच रहा हूँ, और आज आखिरकार मैंने इसमें गुलाब देखा।

पर तुम्हारे लिए मैं अपना पसंदीदा फूल तोड़ सकता हूँ, इसकी सारी पँखुड़ियों को तोड़कर तुम्हारा नाम लिख सकता हूँ। तुम्हारे लिए मुझे चीजों को तोड़ने से डर नहीं लगतार—चाहे फूल हो, चाहे मेरा दिल।

मेरा अतीत
मुझमें दफन है।
वो फिर से जिंदा होने को कराह
जाती हैं,
जब भी मैं मोहब्बत को एक और
मौका देने की कोशिश करता हूँ।

आप लोगों से माफी माँगने और उन्हें रोकने के लिए खैरात माँगने के इतने आदी हो गए हैं कि जब कोई आपके जज्बातों को ठेस पहुँचाने पर आपसे माफी माँगता है तो आप जानते ही नहीं कि क्या कहना है! कितना दुःखद है कि आपके जज्बात पहले किसी के लिए मायने रखते ही नहीं थे और कैसे लोगों के लिए दूर चले जाना आसान होता था।

तुम्हारी गैर मौजूदगी ने
मेरी रूह को कब्रिस्तान बना दिया है,
मुझमें बहुत कुछ ऐसा है
जो अब मौजूद नहीं।

हमारा प्यार समुद्र के बीचोबीच डूबते जहाज सा है।
अगर हमने एक-दूसरे से प्यार करना छोड़ दिया
तो जिंदगी भी हमें चाहना छोड़ देगी।

एक इत्र की शीशी है मेरे कमरे में। माँ कहती हैं कि उसकी ख़ुशबू पतझड़ सह है, पर मैं जानता हूँ कि उसकी ख़ुशबू तुम जैसी है। होती हैं कुछ रातें, जब मैं चाहता हूँ कि तुम अपनी उँगलियों से मेरे बालों को सहलाओ और मुझे अपने दिन के बारे में बताओ। सुबह जब मैं उठूँ तो तुम जैसा महकूँ, पर मैं जानता हूँ तुम्हारे दिन रोशन हैं मेरे बिना। मैं जानता हूँ कि तुम मेरी ख़ुशबू से जुड़ी नहीं हो बाकी चीजों के बीच, जिस तरह मैं करता हूँ।

मेरे दिल का हर एक कोना तुम्हारे रंग में रँगा है। मेरी बातों में तुम्हारी झलक है। सुबह के आसमान में तुम्हारा अक्स है। तुम मुझसे यह उम्मीद कैसे कर सकती हो कि मैं भूल जाऊँगा तुम्हें, जब मेरे लिए तुम्हारी खूबसूरती समानार्थक है? जब हर खूबसूरत चीज तुम ही हो। हर चीज तुमसे कम ही भव्य होगी। सच तो यह है कि तुम हमेशा मेरे आसपास और मुझमें बसी रहोगी—भले ही अब तुम मुझसे प्यार नहीं करतीं।

तुम्हारी गैरहाजिरी ने मेरे साथ बहुत कुछ किया, पर मैं जो तुम्हारे लिए महसूस करता हूँ, उसे पूर्ववत् न कर पाया। मैं तुम्हें वो कविताएँ भेजना चाहता हूँ, जो मेरा दिल चीर देती हैं, और जब तुम्हारा दिल बहुत भरा हुआ हो तो मैं उसके लिए कविताएँ लिखना चाहता हूँ। मैं तुम्हारे दिल को सूरजमुखी के खेत में बदलना चाहता हूँ और यह सुनिश्चित करना चाहता हूँ कि तुम्हारे लिए रोशनी की कभी कमी न हो। मैं तुम्हें उन दिनों प्यार करता हूँ, जिन दिनों जीने का मतलब खत्म हो जाता है और उन दिनों भी, जब कुछ मतलब हो। मैं तुम्हें उससे भी ज्यादा करीब रखना चाहता हूँ, जितना चाँद अपनी चाँदनी को रखता है, समंदर अपनी गहराई और मंदिर अपनी दिव्य मूर्तियों को।

ऐसे लोग भी होते हैं, जो आपसे प्यार करते हैं, पर उस तरह नहीं, जिस तरह आप उन्हें प्यार करते हैं। उनका प्यार सैद्धांतिक होता है। और जब आप ऐसे लोगों से प्यार करते हैं तो वे आपको रोकने की बजाय दूर धकेल देते हैं, पर इसलिए नहीं कि उनको परवाह नहीं, बल्कि इसलिए कि उन्हें ज्यादा परवाह है। क्योंकि वे जानते हैं कि यदि आप चले न गए तो आपका दिल कितना टूटेगा। क्योंकि वे जानते हैं कि आपके जज्बात तितलियाँ नहीं, जो कुछ हफ्तों में मर जाएँगे। उन्हें आपको यह सिखाने के लिए शुक्रिया कहना चाहिए कि कैसे किसी को बचाया जाता है, उन्हें बचाने के लिए वहाँ न होकर। उन्हें जाने देने के लिए, भले ही इससे उनका दिल टूटे, उन्हें आगे नुकसान से बचाने के लिए हमेशा सलामती की दुआ करते हुए, पर दूर से। मेरा विश्वास करें, किसी ऐसे शख्स के ताल्लुक में रहना, जिसके लिए आपके मन में इकतरफा जज्बात हों, आपके दिल के लिए सबसे खराब चीज है।

कुछ भी ऐसा नहीं, जो आपका दिल ऐसे तोड़ सके, जैसे उन लोगों की खामोशी, जिनसे आप प्यार करते हैं—एक शांत घोषणा कि जैसे आप हैं, वैसे प्यार करने की कोशिश कर-करके वे थक चुके हैं।

और जब वह आपको न चुने, दूरी चुने, क्योंकि फर्क नहीं पड़ता। मैं जानता हूँ, वे जज्बात कीमती हैं, पर मेरे प्यारे, वैसे ही आपका दिल भी, वैसे ही आपका दिल भी।

किसी से प्यार करना रस्साकशी सा महसूस नहीं होना चाहिए, जहाँ आप हमेशा उनके ध्यान को आकर्षित करने के लिए संघर्ष कर रहे हों। यह एक दौड़ जैसा नहीं लगना चाहिए, जिसके अंत में स्नेह की ट्रॉफी पड़ी हो। यह एक स्टोर में लगी सेल जैसा भी नहीं महसूस होना चाहिए, जहाँ बहुत सारे लोगों को वही शख्स चाहिए, जिसे आप चाहते हैं। इसे लड़ाई या युद्ध जैसा लगने की जरूरत नहीं। आपको लगातार उनके दिल में जगह बनाने के लिए संघर्ष करने की जरूरत नहीं होनी चाहिए। यदि वहाँ बहुत से लोग हैं और वो किसी और के बजाय आपके साथ हो सकते हैं, वो आपके साथ रहने के काबिल नहीं। *प्यार कोई ट्रॉफी नहीं, जिसके लिए आपको लड़ना पड़े, बल्कि यह एक तोहफा है, जो कोई आपको हर रोज देता है बगैर आपके कहे।*

तुममें एक परिंदे की रूह है। गिरना तुम्हें उड़ने से रोक नहीं पाता। और यही वह चीज है, जो मुझे बेहद पसंद है कि तुम हमेशा कोशिश करते रहते हो।

आप अपने दिल को अलविदा कहने के लिए कभी भी सिखा नहीं सकते। उन्हें खो देना आपको रुलाएगा—कभी-कभी हफ्तों तक। इससे आपका प्यार और लोगों में आपका विश्वास भी कुछ कम होगा। लेकिन उन्हें खोने के बाद आपको उससे उबरने के जादू को छोड़ना नहीं चाहिए। पुनः ठीक होने की उम्मीद को फिर से अपने दिल में जगाना चाहिए। उनके बिना जीना सीखना, और वैसे ही मुसकराना चाहिए, जैसे पहले आप उनके साथ और उनके पास होने पर करते थे। *वे हमेशा आपके लिए मायने रखेंगे, पर आपको खुद को खुद के लिए चुनना होगा और उन लोगों के लिए, जिनके लिए आप अभी मायने रखते हैं।*

जब कोई किसी का दिल तोड़ रहा होता है, क्या वे यह भूल जाते हैं कि दूसरा शख्स उनसे प्यार करता है? क्या वे यह नहीं सोचते कि वे उस शख्स के दिल के साथ क्या कर रहे हैं? क्या नींद उनको धोखा नहीं देती, यह जानते हुए कि उनकी वजह से कोई ठीक नहीं है, क्या वे लोगों को तोड़ने के इतने आदी हैं कि उनको परवाह नहीं कि वे इसका सामना कैसे करेंगे? *क्यों उनके पास दिल नहीं?*

आप उनके साथ रह रहे हैं, क्योंकि आप दिल टूटने से डरते हैं, पर मुझे बताइए, क्या वे अभी भी आपका दिल हर रोज नहीं तोड़ रहे?

लेखक सोचते हैं कि वह बहुत शक्तिशाली है, जब तक उन्हें यह एहसास नहीं होता कि वे हर कविता लिख सकते हैं, जो वे चाहते हैं, पर वह शख्स फिर भी उनके बारे में उसी तरीके से महसूस नहीं करेगा। आप देखिए, अपने जज्बातों को बयान करना एक महाशक्ति है, पर आपके जज्बात कभी-कभी आपको लाचार महसूस करवा जाते हैं।

आपका जीवन कविताओं की एक पुस्तक है, जिसे पहले ही लिख दिया गया है। आपको उसे बदलने की अनुमति नहीं है, बस जीने की अनुमति है और कुछ कविताएँ ऐसी होती हैं, जो आपके दिल को चीरकर रख देती हैं, पर पुस्तक में काफी कविताएँ हैं, जो यह निश्चित करती हैं कि अंत में आप ठीक रहें।

मुझे मेरा बहुत कुछ मिला
तुम्हारे जाने के बाद,
मेरा दबना
तुम्हारे साथ रह ने की कीमत थी।
मेरा विश्वास करो,
मैं अपने जज्बातों को इतना खुल के महसूस कर रहा हूँ
उस दिन से
जब से मैंने तुम्हारे लिए महसूस करना छोड़ दिया है।

मेरी माँ की मुसकान बहुत खूबसूरत है,
मेरे पिता को शायद उनकी इस चीज से नफरत थी,
क्यों कि उन्होंने उन्हें काफी लंबे समय तक हँसने नहीं दिया।
उन्होंने अपने सपनों को दफना दिया
हम सबके लिए जगह बनाने को
मैं हैरान होता हूँ, कितना दर्द बसता है उनमें
मैं हैरान होता हूँ कि कैसे वे इतनी मजबूत हो पाती हैं।

मेरा दिल कला से बना है। शायद कविताएँ आपके लिए बेमायनी हों,
पर ये आपको हमेशा कुछ तो महसूस करवाएँगी, हमेशा।

अगर तुम कभी मेरी कमी महसूस करो तो यह जान लेना कि मैंने तुम्हें वाक्यों में भी चाहा है और चुपी में भी, गद्य और कविता, तूफानों और शांति में भी, जो आखिरकार आती है। मैंने तुम्हें उससे भी बढ़कर चाहा है, जितना मैं उनको चाहता हूँ, जिन्होंने मेरे अलावा किसी को नहीं चाहा। मैंने तुम्हें उन दिनों भी चाहा, जब वह टूट रहा था। मैंने तुम्हें उस शिद्दत से चाहा है, जो किसी को भी यह सोचने पर मजबूर कर दे, उन्होंने इस तरह का प्यार पाने के काबिल होने के लिए क्या किया है? वह तुम थे, जिसने इसकी कद्र नहीं की, किसी की भी नहीं। और अब मैं तुम्हारी कद्र नहीं कर सकता।

एक वक्त था, जब तुम मेरे दिल के फूलों के लिए बारिश थीं। तुमने मेरी रूह भाषा जान ली थी, पर आज हमें एक-दूसरे का कोई खयाल नहीं। आज तुम मेरे रेगिस्तान के लिए बरसात हो। हम कभी कहीं मिलते हैं। मेरे जिगर में अब फूल नहीं खिलते।

तुम्हारी उदासी ने सूरज की रोशनी को तुम्हारे दिल
में आने से रोक दिया, तो इसके बदले मैं दाखिल हो गया।
—मुझे आशा है कि तुम मुझे रहने दोगी।

कुछ लोग आपके जीवन में
आपको सिखाने के लिए दाखिल होते हैं
जरूरी नहीं हर एक जो
मदद का हाथ बढ़ाता है
उसका दिल सही जगह पर रखा हो।

मैं एक स्टोर पर गया, वहाँ एक बोर्ड पर लिखा था—

"यदि आप कुछ तोड़ते हैं, उसे अपना समझें।"

चीजों का तुम्हारे साथ जुड़ने का तरीका होता है, भले ही तुमने उसे तोड़ दिया हो। *उसी तरह जैसे सबकुछ होने के बावजूद मैं अब भी तुम्हारा हूँ।*

प्यार उन चीजों पर ध्यान देना है, जो चीजें उनकी आँखों की चमक को बढ़ा देती हैं और उनके बालों को राजहंस के रंग-सा गुलाबी कर देती हैं। प्यार यह सुनिश्चित करने में है कि आप उन चीजों को थोड़ा ज्यादा करें।

सिर्फ इसलिए कि अँधेरा तुम्हारी सोच से कुछ ज्यादा देर ठहर गया, इसका मतलब यह नहीं कि उसे तुमसे प्यार है। तुम्हें सूरज द्वारा बनाया गया था इस संसार में रोशनी बढ़ाने के लिए, न कि अँधेरे के आगे घुटने टेकने के लिए और उसे अपना घर पुकारने के लिए।

तुम किताब को सिरहाने रखकर सोते हो और लैपटॉप को नहीं। तुम फूलों को तोड़ने की बजाय उसे सींचते हो। तुम प्रचलित चलचित्र भेजने की बजाय अपनी डायरी में कविताएँ लिखते हो। तुम मुझे 'सुप्रभात' का टेक्स्ट करने की बजाय मेरे लिए खाने की मेज पर संदेश छोड़ते हो। तुम फोन करने की बजाय मुझे पास रखते हो। तुम कभी भी अकेले नाटक खत्म नहीं करते। तुम अब भी हैरान हो कि क्यों मैं तुमसे प्यार करता हूँ, जबकि मैं जानता हूँ कि तुमसे शादी करने कि लिए तारे चाँद को भी तलाक दे सकते हैं।

तुम अधिकारी हो प्यार पाने के
उसी तरह से जैसे सूरज चाहता है धरती को—
कोई जो हर रोज आए
आपका दिन रोशन करने को
आपके बिना माँग किए जाने के।
ऐसा जो आपको भरोसा दिला दे
कि बावजूद तूफानों के
और बावजूद वो हमेशा आपके पास लौटकर आएँगे,
बारिश के वो हमेशा रहेंगे।

आपने कितना समय अपने दिल को छुपाने में और खुद से दूर भागने में लगाया है कि जब भी कोई आपको कोमलता से पकड़ता है, आप रो देते हो।

कहा था तुमने कि तुम मुझसे प्यार करते हो
पर तुमने कुछ नहीं किया
मुझे रोकने के लिए।
मैंने बताया था तुम्हें
कि दूसरों ने क्या किया था मेरे दिल के साथ
और तुमने भी छोड़ा मुझे
बिल्कुल उसी तरह एहसास दिला के।

यह कितना दर्दनाक है, है कि नहीं? जब भी कोई नया शख्स आपकी जिंदगी में दाखिल होता है, आप इस बात की सराहना किए बिना कि वे आपको कितना चाहते हैं, जितना कि आप इस बारे में सोचते हैं कि किसी दिन, औरों की ही तरह वे भी आपको प्यार करना छोड़ देंगे।

मुझे यह सोचकर तकलीफ होती है कि मेरे जाने के बाद तुम्हें तकलीफ नहीं हुई, बल्कि इससे असल में तुम्हें बेहतर महसूस हुआ। मेरी मौजूदगी लोगों की जिंदगियों में उनके कंधों पर बोझ है, और मेरी ओर से कितना भी प्यार हो, उसे कभी बदल नहीं पाएगा।

मैं वो शख्स नहीं रहा, जिसे तुम पीछे छोड़ गए थे,
वो जिसके मन में
तुम्हारे लिए प्यार के अलावा कुछ नहीं था,
जहाँ किसी नए के लिए
कोई जगह नहीं थी।

क्योंकि वो जो कहते हैं वह सही है,
आप किसी को पूरे मन
से चाह सकते हैं
और फिर भी उन्हें पीछे छोड़ सकते हैं,
एक बार आखिरकार आप यह महसूस कर लें,
जब से आपने उन्हें
अपना दिल दिया है,
आप ठीक नहीं रहे।

मेरा दिल वह बर्फ था, जिसमें तुमने अपने पैरों की छाप दबाई थी।
तुम हमेशा मेरे साथ हो, तब भी जब तुम नहीं हो।

मेरा पसंदीदा रंग हमेशा ही
तूफान से पहले वाले आसमान वाला रहेगा,
वही जो मेरी जिंदगी थी तुमसे पहले।

जाने देना मुश्किल होता है, जब आपके अंदर बेहद प्यार हो,
जो मरा जा रहा है उनका होने को।

जिस तरह से तुम्हारी दोनों आँखों से आँसू गिरते हैं
जब अलविदा कहने का
समय आता है, ये साबित करते हैं कि किस तरह सिर्फ एक चीज जो हमें दर्द से अलग करती है, वह है एक दूसरा।

जब जहान तुमसे प्यार नहीं करना चाहता, मैं आशा करता हूँ
कि तुम जहान के साथ खड़े न हो।

तुम्हारे बाग में मोगरा के फूल हैं, जो उन दिनों भी खिलते हैं

जब तुम आसपास नहीं होते। तब भी जब उनकी सराहना करने के लिए कोई मौजूद नहीं होता। तुम्हारी माँ अपनी पसंदीदा साड़ियाँ पहनती हैं, भले ही तुम्हारे पिता उन्हें कभी नहीं कहते कि वह खूबसूरत लग रही हैं।

दुनिया तुम्हें प्यार करने से इनकार कर सकती है, पर काश, तुम
कभी खुद को हँसाने वाला पहला शख्स बनना बंद न करो।

मुझे ख़ुशी है कि मैंने तुमसे रिश्ता यों ही नहीं किया,
मैं अपना जीवन इस शख़्स के बिना सोच भी नहीं सकता,
जिसने मेरे सारे सपनों को पूरा कर दिया है।

कई बार आप किसी छोटे से कैफे में दाखिल होते हो और सबकुछ इतिहास की तरह महकता है। अतीत इतना गहरा है कि उसे उसके वजूद से अलग नहीं किया जा सकता। मेज पर छोटे-छोटे पोस्टकार्ड रखे हैं और पुरानी घड़ियाँ दीवारों पर लटकी हैं। मैं हैरान हूँ, कितने प्रेमी इस जगह पहले दाखिल हुए होंगे, हाथ पकड़े एक-दूसरे के प्यार में पागल। आप देखो, कुछ जगहें ऐसी होती हैं—आप जिनके बारे में कविताएँ लिखे बिना रह नहीं सकते—वे आपके दिल से निकल जाने से इनकार कर देती हैं।

जब हम एक साथ होते हैं,
चीजें अपनी जगह से बेघर हो सकती हैं,
पर हमारे दिल हमेशा घर होते हैं।

मुझे चाहना दिल टूटने को चाहना है, क्योंकि वही है, जिससे मैं बना हूँ। मैं अपना दिल हथेली पर रखता हूँ और मेरी रूह तुम्हारी दिशा में भागती है, पर मैं बहुत ज्यादा डरता हूँ कि तुम्हें चाहना मेरा क्या करेगा! देखा तुमने, मेरा दिल प्यार की खिलाफत करता है, पर फिर भी उस पर मरता है।

तुम्हारे साथ मैं डूब रहा था
और साँस लेने की कोशिश कर रहा था
जैसे तुम मुझ पर हँसी थीं—
हमेशा जिंदगी से ज्यादा मौत के करीब।

तुम्हारे बिना मैं मुकम्मल समंदर हूँ
बेअंत जिंदगी से भरा हुआ।

मैंने लोगों को छोड़ने की कला को काफी बेहतर किया है,
पर मुझे अपने दिल को अपने साथ ले जाना सीखना अभी बाकी है।

तुम फिर से अपना दिल थाली में परोस के उनको देते हो, यह उम्मीद करते हुए कि वे बदल गए हैं, पर सिर्फ एक चीज जो बदली है, वो है तरीका, जो वह तुम्हारे दिल को कुचलने के लिए अपनाएँगे।

ढंग बदलते हैं, पर दर्द रहता है।

'कल बारिश होगी,' मेरी माँ कहती हैं, और अगले दिन पक्का बारिश होती है। कौन मेरा दिल तोड़ने वाला है, इसका अनुमान लगाने में भी माँ बहुत निपुण हैं। पर मैं ही हमेशा कुछ ज्यादा प्यार में होने पर सुन नहीं पाता।

गलत शख्स से प्यार करना
कुछ लोगों को तूफान-सा लग सकता है,
और जब वे इससे निकल नहीं पाते,
अकसर वो अपनी सारी जिंदगी नाउम्मीदी से
सूरज का इतंजार करने में गुजार देते हैं।

अपने आत्मप्रेम को चित्रपट बनके अपने दिल को
सजाने दो।

आप जानते हो कि आप उनको अपनी जिंदगी में नहीं चाहते, पर फिर भी आप लाचार होकर उन तक पहुँच जाते हो। आप उन्हें संदेश भेजते हैं, किन्हीं दिनों यों ही कॉल करते हैं और चाहे जैसे भी उनकी कमी महसूस करते हैं। आप जानते हैं कि चाहे वे आ भी जाते और सारे जहाँ का प्यार आपके कदमों में रख देते, फिर भी आप उनके साथ होना नहीं चाहते। उन्होंने आपको इतनी ठेस पहुँचाई है कि आपको उनकी जरूरत खत्म हो चुकी है, पर आपको जरूरत है तो बस उचित फासले की, जो आपको उन्हें चाहने से रोक सके।

मेरी जिंदगी तुम्हारे साथ एक अर्ध रोशन कमरे जैसी थी।

तुम्हारा प्यार मेरे लिए रोशनी के साथ हमेशा बराबर हिस्से में अँधेरा भी लाया। दर्द ने कभी पूरी तरह छोड़ा नहीं, इसलिए मैंने यह कर दिया।

प्यार में हमें फूल बन जाना चाहिए।
मुरझाना प्यार का हिस्सा नहीं,
सिर्फ गुलजार होना है।

मैं एक पूरा नया आसमां बुन दूँगा, अगर इसने हमें एक साथ उड़ने से रोका। मैं तुम्हारे साथ होने के लिए कुछ भी कर जाऊँगा।

एक दिन मैं बैठूँगा और बिना अर्ध-वरिाम लगाए हमारे बारे में बात करूँगा। मैं पूर्णविराम का इस्तेमाल करूँगा। मैं यह स्वीकार करूँगा कि अब हमारी कहानी में कुछ बाकी नहीं रहा है।

मुझे वो पँखुड़ियाँ बनने दो, जो तुम्हारी रूह को सँवारती हैं,
और मुझे चले जाने को मत कहना,
दुनिया को हम एक साथ खूबसूरत लगते हैं
और मुझे अकेले होने से खौफ लगता है।

मैं तैयार नहीं, पर अब समय आ गया है,
तुम जहाँ हो, वहीं छोड़कर जाने का,
और खुद को जैसा मैं हूँ, वैसा चाहने का।

मैंने अनगिनत गरमियों के मौसम गँवा दिए हैं
तुम्हारी रूह के लिए
सूरज बनने की कोशिश में।
पर तुमने मुझे इतनी बुरी तरह
अकेलेपन का अहसास दिलाया है
कि शायद ही तुम्हें अकेले छोड़कर जाने का अफसोस हो।

मेरी जिंदगी का सबसे खुशनुमा पल वह था, जब तुम मेरी बाँहों में सोए हुए थे—आँखें बंद और बाँहें मेरी कमर से लिपटी हुईं। तुम देखो, मेरी बाँहें इसीलिए तो बनी थीं, तुम्हें अपने करीब रखने और कभी न जाने देने के लिए।

जब आप किताब-घर में दाखिल हों और अचानक से वह एक किताब आपको मिल जाए, जो आप हमेशा से ढूँढ़ रहे थे—

एक मुसकान जो आपके चहेरे पर छा जाती है उसे देखते ही—

यदि वैसी ही मुसकान उनके चहेरे पर नहीं आती, जब वो आपकी आँखों में देखते हैं, तो यह किसी योग्य नहीं।

किसी ऐसे व्यक्ति को अलविदा कहना आसान नहीं है, जो आपके साथ उस वक्त रुका था, जब आपने अपनी जिंदगी का सबसे कठिन अलविदा कहा था। जब प्यार हमारा दिल तोड़ता है, तो आप अपने सबसे अच्छे दोस्त के पास जाते हैं, पर जब आपका सबसे अच्छा दोस्त आपका दिल तोड़ता है, तो आपके पास कहीं और जाने का ठिकाना नहीं रहता।

तुम्हें किसी और के साथ देखना अभी भी मेरे दिल को दुःख देता है। मैं चाहता हूँ कि तुम चाहत महसूस करो, पर मुझमें तुम्हें किसी और का हाथ थामे देखने की ताकत नहीं, जबकि मेरी उँगलियाँ तुम्हारी उँगलियों से उलझने के लिए तरस रही हैं। यदि मैं एक फूल होता, तो तुम मेरी पँखुड़ियों को एक-एक करके गिरते देख सकतीं, तुम उसकी आँखों में आँखें डाले देखते हुए। तुम मेरे दिल को टूटते हुए देख नहीं सकतीं, पर इसका यह मतलब नहीं कि मैं बिल्कुल ठीक हूँ।

ऐसा लगता है कि तुम दर्द का पहाड़ निगल चुके हो और अब वह तुम्हारा हिस्सा बन चुका है। तुम्हारी आँखों में इतना दर्द क्यों है? कहो मुझे, मैं इन सबको दूर करने के लिए क्या करूँ?

मैं उन लोगों की बदौलत बढ़ा हूँ
जिनसे मैं अलग हो गया।

मैं अभी भी तहेदिल से प्यार करता हूँ,
पर अब मैं किसी को इतना चाहने की इजाजत नहीं देता
कि वह मुझे बेजान महसूस करवा जाए।

दिन के अंत में,
आसमां में सितारे
और मेरी आत्मा में सितारे
चमकते रहेंगे,
किसी के साथ या बगैर भी।

अगर तुम मुझे इजाजत दो, तो मैं तुम्हें उन सभी काल्पनिक किरदारों से ज्यादा प्यार करूँगा, जिन्हें तुम इतनी शिद्दत से चाहती हो। सारे जहाँ के फूल तोड़ के तुम्हारे चलने के लिए एक कालीन में बदल दूँ। सितारों को डिब्बे में कैद करके उन्हें तोहफों में बाँध दूँ और तुम्हें भेज दूँ। तुम्हें समंदर में प्यार करूँ और हमेशा तुम्हारी गहराइयाँ नापूँ। अगर तुम मुझे अपने दिल में थोड़ी जगह दो, भरोसा करो, मैं हम दोनों के लिए साहित्य की हर किताब में जगह बना दूँगा। कई कवि हैं हम जैसे जो मोहब्बत के बारे में लिखने को तरस रहे हैं, चलो न, उनकी इच्छा पूरी करते हैं!

मैं अलविदाएँ कहने में बेहद अच्छा हूँ, कहा था मैंने तुम्हें।
खुद को तसल्ली देने के लिए कि जब तुम जाओ तो तकलीफ न होगी।
तुम्हें यकीन दिलाने के लिए कि मैं तुम्हारी मोहब्बत में इतना
दीवाना भी नहीं कि तुम्हें जाने न दूँ।

जिस इनसान की ओर तुम भाग रहे हो, उसके पास तुम्हारे लिए अब प्यार नहीं रहा। तुम जितना चाहे भाग सकती हो, पर अब उनका वह रूप बाकी नहीं रहा। और मैं जानता हूँ, यह तकलीफ देगा, पर अब वक्त आ गया है कि तुम भी उनको चाहना बंद कर दो।

ऐसे किसी को तलाशो, जो तुम्हारे तूफानों से नहीं डरता।
ऐसे किसी को तलाशो, जिसे हमेशा से तुम्हारा सूरज होना था।

आगे बढ़ने का मतलब यह नहीं कि आप किसी और को प्यार करना सीख लें। इसका मतलब कि आप बिना यह सोचे अपना दिन गुजार दें कि वो शख्स आपके बारे में सोच रहा है या नहीं!

जब जज्बात आपके अंदर बाढ़ की तरह बह रहे हों,
याद रखिए कि बाढ़ चीजों को खत्म और बरबाद करती है।
अपने दिल को उनमें से एक न बनने दें।

तुम वो रोशनी नहीं, जो लोगों को घर का रास्ता दिखाती है। तुम किसी के लिए घर होने की काबिलीयत रखते हो। उम्मीद की किरण नहीं, जो उन्हें अँधेरे से बाहर ले आए, बल्कि एक स्थायी जगह जो आप दोनों के रहने के लिए सौहार्द भरी है।

तुम्हारे बिना एक दिन भी गुजारना मुझे डराता है। जैसे कि मेरी जिंदगी जेंगा का खेल हो और तुम सिर्फ वो लकड़ी का गुटका हो, जो इसे बिखरकर गिरने से रोके हुए हो। मैं यह कबूल करना सीख रहा हूँ कि गिरना मेरी जिंदगी का हिस्सा है, पर तुम निश्चित तौर पर मेरी मंजिल नहीं। और मैं तुम्हें जाने दूँगा, भले ही इसका मतलब फिर से शून्य से शुरुआत करना ही हो।

किसी के पास सबसे बड़ा दिल हो सकता है, फिर भी वह आपके लिए उसमें एक छोटी सी जगह बनाने से इनकार कर सकता है। वो किसी को इस कदर प्यार करने में सक्षम हो सकते हैं कि उसे पाब्लो नेरुदा की कविता में तबदील कर सकते हैं, पर आपके लिए कुछ भी महसूस न करें। आप उनसे इतनी मोहब्बत कर सकते हैं कि आप अपने दिल को उनकी हर पसंदीदा चीज से सजा लें, अपनी रूह का हर एक कोना उनके पसंदीदा रंगों में रँग दें, पर उससे वे आपके लिए क्या महसूस करते हैं, कोई बदलाव नहीं होगा। कई बार लोगों को आपका प्यार नहीं चाहिए होता, भले ही आपको यह विश्वास हो कि ऐसा कोई नहीं, जो उनको आपकी तरह शिद्दत से चाहे। सच्चाई यह है, कुछ जज्बात आप हमेशा अकेले ही महसूस करेंगे, फिर एक दिन आप उन्हें अपने जैसा महसूस करवाना छोड़ देंगे और अपना प्यार किसी और को देंगे—ऐसा कोई जो जानता हो कि आपके दिल की कद्र कैसे करनी है!

याद है आपको वह संबंध-विच्छेद का एक संदेश, जो आपने सबसे लंबे अरसे तक भेजा नहीं, क्योंकि आप उस शख्स की खुद से ज्यादा परवाह करते थे।

वो आपको स्वीकृत तौर पर ले रहे थे, पर आप उनका दिल तोड़ना नहीं चाहते थे। आप उन्हें बचाते रहे अपनी कीमत पर; बस एक दिन जब आपने भेजने वाला बटन दबाने का फैसला किया और जाने दिया—सिर्फ उनको यह कहने देने के लिए कि वो आप थे, जिन्होंने उनकी कभी परवाह नहीं की।

जिन लोगों से आप प्यार करते हैं, अकसर वो लोग होते हैं, जो अंत में आपको खुद के लिए खौफनाक करवा देते हैं।

आप पाँववीं कक्षा में थे, जब आपके रिश्तेदार ने आपको बताया कि आपकी त्वचा का रंग अनुकूल नहीं कि आप अपनी बहन जितने होशियार नहीं और प्रस्तुत करने को ज्यादा कुछ है नहीं। आप सातवीं कक्षा में थे और उस वक्त तक यह संदेश इतनी बार दोहराया जा चुका था कि आपने भी उसपर विश्वास करना शुरू कर दिया था। वो दोस्त, जिसने 'मजाक' में कहा था कि आपको कोई डेट नहीं मिल सकती और बार-बार कहता कि इसके विपरीत, जिसे वो चाहे मिल सकता है। आप एक शादी में हैं और आपके पिता ने आपको कहा कि आप उन कपड़ों में कितने विचित्र लग रहे थे।

कोई भी इस बारे में बात नहीं करता कि कितना मुश्किल है खुद से प्यार करना, जब आपके आसपास के लोग लगातार आपको अयोग्य महसूस करवा रहे हों। आप दुनिया के सबसे अच्छे इनसान हो सकते हैं, पर यह इस बात को सुनिश्चित नहीं करता कि दुनिया भी आपके साथ अच्छी हो। स्वप्रेम बहुत से लोगों में आसानी से नहीं आता, और ज्यादातर स्थितियों में उस इनसान का उससे कोई लेना-देना नहीं होता—ये तो वे लोग हैं, जो उनके इर्द-गिर्द हैं, जो इसके लिए जिम्मेदार हैं।

मजेदार बात है न कि कैसे हम उन लोगों से नफरत करना पसंद करते हैं, जो बदले में हमें प्यार करने में नाकामयाब रहे।

वो दिल क्या खाक अच्छा है, अगर वह उस शख्स के साथ नहीं हो सकता, जिसके लिए वह धड़कता है?

आप दोस्त खो देते हो और आपको तब तक यह अहसास नहीं होता, जब तक आप अपनी और उनकी पुरानी तसवीर न देखो और महसूस करो कि अब वे आपकी जिंदगी में नहीं रहे। वह दोस्त जो माध्यमिक विद्यालय में आपकी बगल में हर रोज बैठता था। वह दोस्त जिसका लैंडलाइन नंबर आपको अभी भी याद है। दोस्त जिनके साथ आप खेल की अवधि में खेलते थे। वो दोस्त जिनके साथ आप खाने का डिब्बा बाँटा करते थे। वही जिन्हें आप अपने जन्मदिन की पार्टियों में बुलाते थे, जब आप छोटे थे।

कितना अजीब है न कि कैसे हम समय के साथ लोगों को खो देते हैं—

उन्हें भी, जो कभी हमारे सबसे करीब थे।

इकतरफा प्यार दुखदायी होता है, पर कई बार हम दर्द को और गहरा होने देते हैं, इस बात को स्वीकार न करके कि कायनात में हजारों सितारे हैं, पर कुछ सितारे दुआ माँगने के लिए आपके नहीं।

उभरना प्यार के बारे में नहीं, जितना कि वह उसकी कमी से समझौता करना सीखने के बारे में है।

बहुत सारी सीख है, जो छोड़ जाने की वजह से मिलती है।
पर बहुत सारा प्यार है, जो आपको करना पड़ता है आखिरकार
छोड़ना सीखने से पहले।

तुम्हारे बिना उठना मेरी रूह के सूरज को कत्ल कर देता है।
सिर्फ अँधेरा है यहाँ जो तुम्हारी गैरहाजिरी में मुझे आगोश में लेने को है,
मेहरबानी करके तुम घर वापस आ जाओ!

कई बार खोए हुए प्यार की यादें आप पर अचानक आने वाली बारिश की तरह हावी हो जाएँगी, और आपके लिए खुद को सँभाले रखना मुश्किल हो जाएगा। ऐसे समय में आप सीखेंगे कि कैसे सबसे हसीन यादें आपका गला कसकर पकड़ती हैं और आपका गला घोंटती हैं। पर आप फिर भी उम्मीद का दामन थामे रख सकते हैं और जिंदा रहना जारी रख सकते हैं, क्योंकि आप अपनी सोच से ज्यादा बलशाली हैं।

—स्वयं के लिए लेख/नोट

जब से तुम गए हो, मैं अलविदा कहने में बेहतर हो गया हूँ। कितना अजीब है न कि कैसे कोई, जिसके पास आपके लिए कोई जज्बात नहीं थे, आपको हमेशा के लिए फिर से किसी के लिए बहुत गहराई से महसूस करने से रोक सकता है। कितना अजीब है न कि कैसे कोई, जिसे आप जाने नहीं देना चाहते थे, पर लोगों का जाना आपको सहज रहना सिखा गया।

आप उनकी मौजूदगी के इतने आदी हो गए हैं, यह जानते हुए भी कि कई महीने बीत चुके हैं, जब उन्होंने आपको बताया था कि अब वो आपको नहीं चाहते, आप अर्धरात्रि में उठ जाते हैं इस उम्मीद में कि आप उन्हें बगल में सोता हुआ पाएँगे।

आप अपनी कमर पर उनकी बाँहों की कमी महसूस करते हैं। एक अरसा बीत गया, जब उन्होंने आपको अपने करीब खींचा हो, पर आपने दिल को उनसे दूर चले जाने की इजाजत कभी नहीं दी। अब आप ख्वाब देखने के आदी नहीं रहे, क्योंकि उनके बिना सोना एक ऐसा भयानक ख्वाब है, जिसके लिए किसी ने आपको आगाह नहीं किया था। आप यह चाहते हैं कि वह आप तक पहुँचे, पर आप यह जानते हैं कि वह आगे बढ़ चुके हैं। आप चाहते हैं कि वह देखें, वह प्यार जो आपकी उँगलियों से फिसलकर उनके दिल को छूने को मरा जा रहा है। आप चाहते हैं कि वो यह जाने क कैसे हर रात पिछली रात से थोड़ा ज्यादा दर्द देती है और आप नहीं जानते कितनी और रातें उनके बिना झेल पाएँगे, इससे पहले कि वह जिंदा रहने के लिए बहुत ज्यादा दुखदायी हो जाएँ। जो बात आपको कोई नहीं बताता, वो यह है कि जब आपको किसी ऐसे को जाने देना पड़े, जिसे आप अभी भी इतनी मोहब्बत करते हों, यह आपको अंदर से मार डालता है।

हो सकता है कि मुझे कभी वैसा प्यार न मिले, जैसा तुमने मुझे दिया था, पर मैं आशा करता हूँ कि मुझे उस तरह का प्यार मिले, जैसा मैं पाने का हमेशा ख्वाब देखता था—उस तरह का प्यार जो तुम्हारे लिए मुझे देने के लिए बहुत ज्यादा था। उस तरह का प्यार जो परिंदों का अपने परों के लिए प्यार से भी अधिक महान् हो। उस तरह का प्यार जो वह हर चीज को पार करवा दे, जिससे आप बहुत ज्यादा डरते थे। उस तरह का प्यार, जो आपको और ज्यादा प्यार के लिए ललकता हुआ न छोड़े, बल्कि यह सुनिश्चित करे कि हर रोज आपके चेहरे पर एक बड़ी सी मुसकान हो। तुम कहते थे कि तुम चाहते थे मुझे, पर तुम कभी भी वैसे चाह ही नहीं पाए, जिस तरह की चाहत का मैं हकदार था। मेरा दिल तुम्हारा नहीं हो सकता, यदि तुम कुछ दिनों उसे भारी और बाकी दिनों हलका महसूस करवाने का चुनाव करो। मेरा दिल उस जगह गुलजार नहीं हो सकता, जहाँ अकसर काँटे ठहरते हों और सूरज अपनी सहूलियत के हिसाब से चमके। मेरे पास एक ऐसा दिल है, जिसने नजाकत को इतने लंबे अरसे तक चाहा है कि अब वो उस प्यार को जिसने मुझे भारीपन का अहसास दिलाया, उसे नहीं अपना सकता।

मुझे यह डर है कि तुम्हारे दिल में
कभी भी मेरे लिए जगह सुरक्षित थी ही नहीं।
वहाँ बस जगह थी,
और तुम्हें कोई फर्क नहीं पड़ता
किसी और के भी
वहाँ रहने से।

जब भी मुझे प्यार हुआ है, वो इकतरफा रहा है। मैंने लोगों से मुलाकातें की हैं। मैं उनके साथ रहा हूँ। मैंने उनके साथ वैलेंटाइन डे मनाए हैं और उनके साथ यात्राएँ भी कीं। पर जब भी मैंने उनसे प्यार किया, वो इकतरफा रहा है। मुझे आदत हो गई है हमेशा दूसरे शख्स से ज्यादा महसूस करने की। जितना मैं पाता हूँ, उससे ज्यादा दर्द निकालकर मैं अपने दर्द को लिखता हूँ।

जो मुझे डराती है वह है फिर से किसी के प्रति इतनी गहराई से महसूस करने की संभावना कि मैं शारीरिक तौर पर उनसे बात न करने या उन तक न पहुँचने में असहाय हो जाऊँ, यह जानते हुए भी सब खत्म हो चुका है। मैं वैसी मोहब्बत महसूस नहीं करना चाहता, जो मुझे कभी न खत्म होने वाली शरद् ऋतु का सामना करने की कोशिश में खत्म कर दे, जिसका सामना करने में मैं पहले लगभग मर चुका हूँ।

मुझे नफरत है कि कैसे अब मैं जब कोई मुझे कहता है कि उन्हें मुझसे प्यार है, मैं उन्हें कहता हूँ कि वह ऐसा नहीं करते। मैंने 'आई लव यू' शब्दों पर मान्यता बनानी शुरू कर दी है कि यह वह चीज है, जो कुछ लोग एक-दूसरे को अकसर कहते हैं, इस बात की पुष्टि किए बिना कि क्या वे एक-दूसरे के साथ रहने को तैयार हैं?

जब आपके अंदर बहुत ज्यादा उदासीनता हो, तो आप अपनी उदासी के स्रोत की तरफ जाने की कोशिश करते हैं, क्योंकि वह एक समय पर आपकी सबसे खुशनुमा जगह थी। मेहरबानी करके उनके पास वापस न जाएँ। उन तक पहुँचना सिर्फ आपकी उदासी को सींचेगा; वह उसे मुरझाने नहीं देगा। कई बार जो शख्स आपकी खुशनुमा जिंदगी हुआ करता था, आपको अब खुश नहीं होने देना चाहता, और आप चाहकर भी कुछ कर नहीं सकते सिवाय इसके कि आप यह सीख जाएँ कि कैसे अकेले खुश रहना है।

तुमने सैकड़ों किताबें, फिल्मों की कैसेट्स, इत्र की पुरानी बोतलें और हजारों तसवीरें रखी हैं। इतनी सारी चीजों के लिए जगह है, पर मेरे लिए नहीं। तुम कितना सारा प्यार करने के काबिल हो, पर फिर भी मुझे प्यार न करना चुनती हो।

मैं तुम्हारे सामने रोता था और तुम मुझे गले लगाती थीं,
ताकि मैं रुक जाऊँ।
अगर तुम्हें मेरी इतनी परवाह थी कि तुम मुझे गले लगाओ,
इतनी परवाह क्यों नहीं की कि मुझे ठेस पहुँचाना बंद कर दो?

जब कोई पूछता है मुझसे कि मुझे सबसे ज्यादा डर किससे लगता है? ये वे चीजें नहीं जो कभी हुईं नहीं, पर वे हैं, जिनसे मैं डरता हूँ कि ये फिर से हो सकती हैं। जैसे कि मेरे पिता हमारे साथ अच्छे नहीं। मेरे रिश्तेदार मुझे वे सब बातें कहते हुए जो मैं किसी से कह नहीं सकता, भले ही वे मेरा दिल तोड़ती थीं। चाहा जाना और फिर छोड़ जाना। खामोशी में रोना सरि को सिरहाने दबाए, ताकि किसी को पता न चले कि मैं तकलीफ में हूँ। मैं अनजान से नहीं डरता, बल्कि उन चीजों से जो इतनी ज्यादा बार घटित हुई हैं कि मैं उनसे उबर नहीं पाया हूँ।

एक साथ बिस्तर पर लेटने और कुछ न करने की आत्मीयता। लैपटॉप पर गाने चल रहे हैं, पर आप परवाह कम नहीं कर सकते। आपका सरि उनकी बाँहों में है, जैसे कि यही वह जगह है, जो उसके लिए ही बनी है। आपको अहसास होता है कि बचपन से आपने इतना महफूज कभी महसूस नहीं किया। आपको यह समझ में आता है कि यही है, जो आपको हमेशा से चाहिए था—किसी के द्वारा थामे जाने का सुख, जिसे आप जानते हैं कि वह आपको ठेस नहीं पहुँचाएगा।

मुझे वे प्रश्न याद हैं, जो 'याद है जब' से शुरू होते हैं।

याद है, जब हम इतने नशे में थे कि सीधे चल भी नहीं पा रहे थे?

याद है, जब मैंने रात 3 बजे यह पूछने के लिए कॉल किया था कि तुम अपने खास नूडल कैसे बनाते हो? याद है, जब हम सारी रात फिल्म ढूँढ़ने की कोशिश करते रहे और अंत में अपने पसंदीदा हास्य-नाटक की कड़ियाँ दोबारा शुरू से देखने लगे थे?

ऐसे प्रश्न इस बात के सबूत हैं कि कोई हमें याद रखता है।

जो यादें हम कुछ लोगों के साथ बनाते हैं, उनके लिए भी उतनी ही मायने रखती हैं, जितनी कि हमारे लिए। वह भी उस बंधन को सँजोते हैं, जो हम साझा करते हैं।

मैं सोचता हूँ कि आपका पहला दिल टूटना तब घटित होता है, जब एक बच्चे के तौर पर, आप अपने आसपास के लोगों को अपनी माँ के साथ निकृष्ट होते देखते हैं। बेबसी और दर्द से यह आपकी पहली मुलाकात होती है—अपने सबसे करीबी शख्स को बार-बार दुःखी होते देखना और उसके लिए कुछ न कर पाना।

कभी-कभी आपको खुद को यह याद दिलाने की जरूरत होती है कि आपका दिल इतनी तकलीफ का हकदार नहीं। आपको खुद को यह याद दिलाने की जरूरत है कि दर्द वो रकम नहीं, जिससे आप असीम प्रेम खरीद सकें।

मुझे वह सुकून चाहिए, जहाँ हम जो भी हमारे मन में आए, बिना कुछ सोचे कह सकें। चलो न, गलतियाँ करते हैं, व्यंजन विधि में गड़बड़ करते हैं, गलत बात गलत जगह पर कहते हैं और बहस के दौरान अपने दिल की भड़ास निकालते हैं। चलो न, उन सब चीजों से प्यार करते हैं, जो हम लोगों से छुपाने के आदी हैं। मैं तुम्हारे इर्द-गिर्द रहना चाहता हूँ, यह जानते हुए कि चाहे कुछ भी हो, मैं बिल्कुल वैसे ही प्यार पाऊँगा। यह जानते हुए कि तुम नहीं चाहोगी कि मैं अपने दिल को छुपाऊँ। यह जानते हुए कि मेरी तमाम खामियों के बावजूद तुम मुझे हमेशा चाहोगी।

तुम मुझे हर झगड़े के दौरान सबसे कठोर बातें कहोगे और मैं हैरान हो जाऊँगा कि जो मुझे प्यार करने का दावा करता था, कैसे वह मेरा दिल बार-बार इस तरह से दुखा सकता है।

समय के साथ मैं समझ गया हूँ कि मैं शारीरकि तौर पर किसी के प्रति निकृष्ट होने में आसमर्थ हूँ, जिसे मैं चाहता हूँ। समय के साथ मैं समझ चुका हूँ, मैं किसी ऐसे शख्स के लायक हूँ, जो मेरा दिल दुखाना न चाहे। मैं किसी ऐसे शख्स के लायक हूँ, जो झगड़े के दौरान भी न भूले कि वह मुझे चाहता है, खासकर झगड़े के बीच में।

मैं अपना समय यह विचार करने में गुजारता हूँ कि मैं तुम्हारे बिना करूँगा क्या? और यही मेरी दिक्कत है। मैं लोगों को उतना नहीं सराहता, जितना मैं यह विचारने में लगाता हूँ कि उनके जाने के बाद मैं अपने दिल के टुकड़ों को पुनः जोड़ूँगा कैसे?

बड़े होने का मतलब यह महसूस करना है कि ऐसे बहुत से पल होंगे, जब आप अकेले होंगे। आप नए शहर में पहली बार मेट्रो लेंगे और अपने स्कूल के सबसे अच्छे दोस्त की कमी महसूस करेंगे। आप अपना जन्मदिन अपने माता-पिता से दूर होकर मनाओगे और सारे संगीत नशे के बावजूद खुद को उस छोटे से केक की कमी महसूस करता पाओगे, जो आपकी माँ आपके लिए बनाती थी। आप बीमार पड़ोगे और अकेले अस्पताल जाओगे। आप परीक्षा में फेल होगे और कोई भी आपको गले लगाने वाला नहीं होगा। मुझे उम्मीद है कि आप समझते हैं कि लोगों का आपके कुछ खास क्षणों में गैरहाजिर होने का मतलब यह नहीं कि आपको चाहा नहीं जा रहा, बल्कि यह सिर्फ जिंदगी का एक हिस्सा है। बड़े होने का एक सबसे महत्त्वपूर्ण भाग खुद पर निर्भर होना सीखना है।

तुम बेचैन मन, चंचल रातें, आँसुओं से भीगे तकिए और कुचले हुए आत्मसम्मान के पात्र नहीं। तुम किसी ऐसे शख्स के लायक नहीं, जो इतना भी प्यार न करता हो कि तुम्हें जान-बूझकर ठेस पहुँचाने का चुनाव करता हो। तुम किसी ऐसे शख्स के भी लायक नहीं, जो तुम्हारे जज्बातों को इस तरह ठुकरा दे, जैसे लोग मुरझाए फूलों को कचरे में फेंक देते हैं। तुम्हारे जज्बात उन फूलों की भाँति हैं, जो डायरी के पन्नों के बीच सुरक्षित किए जाने के काबिल हैं। तुम किसी ऐसे शख्स के लायक हो, जो तुम्हारे जज्बातों को हर रोज सींचे। तुम किसी ऐसे शख्स के काबिल हो, जो तुम्हारा दिल इतनी नाजुकता से पकड़े कि तुम भूल जाओ कि एक बार तुमने कितनी बुरी तरह अकेलापन महसूस किया था।

आप महीनों कोशिश करेंगे उन्हें अपनी प्यार की भाषा समझाने के लिए। आप आश्वासन के लिए भीख माँगेंगे और वो आपको ऐसा अहसास दिलाएँगे कि जैसे आप बहुत ज्यादा माँग रहे हैं। आप उन्हें गले लगाने के लिए कहेंगे, क्योंकि आप जानते हैं कि अन्यथा आपको यह मिले नहीं। आप उन्हें चूमने के लिए मौका ढूँढ़ेंगे, उन्हें बाँहों में भरने के लिए और लगातार तरसते हुए कि आपको उस तरह से चाहा जाए, जैसे आप चाहते हैं। सालों बाद, आपको कोई ऐसा मिलेगा, जो बाँहों में प्यार भरे आपकी जिंदगी में दाखिल होगा, अपनी जीन की जेबों में खुशियाँ लिये तथा स्नेह से भरा दिल लिये, और तब आपको अहसास होगा कि आप कितने नादान थे, जो उन्हें जीवनसाथी बनाने की कोशिश कर रहे थे, जो आपकी रूह को समझते ही नहीं।

लोरियाँ दर्द निवारकों से बदल जाती हैं, जब आप बड़े हो जाते हो।

पर आप क्या करेंगे, जब आप दर्द लिये ऐसी स्थितियों में हों, जहाँ दर्दनिवारक पहुँच ही नहीं सकती?

तुम्हें समझने की कोशिश करना शेक्सपियर के सॉनेट्स को पढ़ने जैसा था। तुम अपनी अस्पष्टता ऐसे ओढ़े थे, जैसे तितलियाँ अपने पंखों को ओढ़ती हैं। वक्त के साथ मैं समझ गया कि तुम्हें समझना पंक्तियों के बीच पढ़ने जैसा था। तुम्हारे दिल को फिर से पढ़ना हर समय मेरी पसंदीदा चीज है।

एक बुजुर्ग आदमी हैं, जो बगल में रहते हैं और एक्सप्रेस रेलों से प्यार करते हैं। वे मुझे बताते हैं कि जब वे ठीक महसूस नहीं करते तो हर बार वे अपने गृह-नगर चले जाते हैं। वे मुझे बताते हैं क कैसे वह जयपुर और अजमेर के बीच आना-जाना करते थे। वे जयपुर में काम करते थे, पर अपना दिल अजमेर ही छोड़ आते थे। वे बताते हैं कि उन्होंने अपनी सोच से अधिक यात्रा में समय व्यतीत किया है। पर मैं सोचने पर विवश हूँ कि क्या उनके बच्चे एक्सप्रेस रेलों को उनके जितना ही पसंद करते हैं? वे यात्रा करने के लिए काफी बूढ़े हैं और बच्चे कभी उन्हें मिलने नहीं आते।

कुछ यादें पुरानी फिल्मों की कैसेट्स जैसी होती हैं, जो
आपके मन में चलती हैं।

आप बहुत कुछ एक साथ महसूस करते हो, जिसका आप कुछ कर नहीं सकते, जब वे अचानक कुछ दिनों चलती हैं। गरमियों का दिन है और आप पैनकेक खा रहे हैं। आप दफ्तर के लिए लेट हो रहे हैं और आपको सिर्फ ट्रैफिक सुनाई दे रहा है। आप अपने दोस्तों के साथ बैठे हैं और हँस रहे हैं किसी ऐसी बात पर, जिस पर आप ध्यान केंद्रित नहीं कर पा रहे हैं। कैसेट्स कभी भी चल सकती हैं। अकसर तब, जब आपको सबसे कम उम्मीद हो।

मुझे तुम्हारे गालों पर तिल याद हैं, जो रात के आसमां में तारों जैसे लगते थे। मुझे याद है, तुम्हारी प्रतिमा ऐसी महसूस होती थी, जैसे तुम अपने अंदर समंदरों को समेटे हो। अगर मैं तुम्हें कुछ देर और थामता तो मैं डूब जाता और खुद के पास कभी लौट न पाता। मुझे याद है कि कैसे सिर्फ मेरा नाम लेने से तुम मुझमें जान डालती थीं। तुम्हारी आवाज वह अजान थी, जो काफिरों को भी (गिरजाघर) मसजिद ले आए और वक्त को रुकने पर मजबूर कर दे, साँस भरो और सिर्फ सुनो। ये ऐसे थे, जैसे सारे सूरजमुखी खेतों से उड़कर तुम्हारी रूह में समाने आए हों, ताकि तुम ऐसी इस बेजान दुनिया में कुछ रोशनी दे सको।

उन दिनों जब जिंदगी के मायने नहीं रहते, मैं तुम्हारा चेहरा अपनी हथेलियों में लेता हूँ और तुम्हारे बालों को सहजता से सहलाता हूँ। मैं खुद को यह याद दिलाता हूँ कि चाहे सबकुछ बिखर जाए, हमारे दिल अपनी जगह पर रहेंगे—हमेशा एक-दूसरे की बगल में। सारे बवाल के दरमयान भी हम हमेशा धीमा नाच नाचेंगे।

क्या अकेलापन और परित्याग हमेशा ही मेरे अहसासों को इजहार करने के परिणाम रहेंगे? क्या मेरे जज्बात हमेशा ही लोगों के लिए बहुत ज्यादा रहेंगे; उनके लिए भी, जिन्होंने कभी भी छोड़कर न जाने का वायदा किया था?

आप बड़े हो गए और अब आपकी माँ आपकी सबसे अच्छी दोस्त नहीं रहीं। और यह उनके दिल को आपके दिल से ज्यादा तोड़ता है।

क्योंकि उन्होंने सोचा था कि वे हमेशा आपके लिए वह शख्स रहेंगी—जिनके पास आप हर बार दिल टूटने और बुरे दिन के बाद आएँगे। वो जो खुशी से आपके दिल के टुकड़ों को एक साथ जोड़ देंगी। समय के साथ उन्होंने सबसे प्यारा एक दोस्त खो दिया, क्योंकि आपको लगा कि आपका दिल साझा करने के लिए वह इतनी भी 'कूल' नहीं हैं। क्योंकि आपने मान लिया कि वह आपको नहीं समझेंगी। यदि आपकी माँ आपसे सही में प्यार करती हैं और कभी आपकी सबसे प्यारी दोस्त रही हैं, मेहरबानी करके उनके साथ ऐसा न करें। कृपया यह न भूलें कि उस समय आपके साथ कौन था, जब आप 'कूल' नहीं थे।

मैं अपना पूरा जोर लगाकर खुद को तसल्ली देने के लिए हँसता हूँ कि मैं तुम्हारे बिना खुश रह सकता हूँ। पर मैं जानता हूँ कि अगर तुम यहाँ होतीं तो तुम मुझसे पूछतीं कि क्या मैं ठीक हूँ? तुम जान लेतीं कि यह हँसी असली नहीं और मुझे कस के पकड़ लेतीं।

वक्त के साथ सीख जाएँगे कि कैफे में किताबें अकेले कैसे पढ़नी हैं। आप उनके द्वारा खुद को पकड़े रखने की कमी महसूस नहीं करेंगे। आपकी आँखों की पुतलियाँ उनसे अभी भी मोहब्बत करने का इजहार नहीं करेंगी। उदासी आपकी रूह से बँधी नहीं रहेगी, वक्त के साथ आप मुसकराकर अलविदा कहना सीख जाएँगे। आपको फर्क नहीं पड़ेगा कि कौन गया और कौन रहा।

आप डरते हैं, क्योंकि आप जानते हैं कि आप कभी भी उनके लिए ऐसा महसूस करना बंद नहीं कर पाएँगे। उस तरह कि अगर आपके बस में हो तो आप उनके सामने अपनी पलकें भी न झपकें, क्यों उन्हें देखने में बीते पल का हर क्षण आपकी रूह को राजी करता है। इसी तरह क्योंकि आपके दिल में सूरजमुखी का वह बागवान है, जो इतना खूबसूरज है कि वन गॉग (एक चित्रकार) भी इर्ष्या करे। उसी तरह जैसे वह महफूज महसूस करवाते हैं और आप इस तरह महसूस करने के लिए ताउम्र तड़प रहे थे। आप डरते हैं, क्योंकि आप जानते हैं कि वह भी आपके लिए यही महसूस करते हैं, पर आप लोगों को खुद के लिए प्यार खत्म होता देखने के बहुत ज्यादा आदी हैं।

मैं आपके दरवाजे पर सूरजमुखी रखना चाहता हूँ, आपको यह याद दिलाने के लिए कि बाहर रोशनी, उम्मीद और खूबसूरती है; कोई फर्क नहीं पड़ता कि आप कितने दु:खी हैं। यह दुनिया बुरी जगह नहीं सिर्फ इसलिए, क्योंकि आप एक ऐसे शख्स से मोहब्बत कर बैठे, जिसने आपको खुद के बारे में बुरा महसूस करवाना कभी बंद नहीं किया।

उस शख्स के लिए जो अगली बार मुझसे प्यार करेगा—

मैं सिर्फ इतना कहना चाहूँगा कि कृपया मेरे दिल के साथ लापरवाही न करना। लोग छोड़ जाते हैं, जब उन्हें यह अहसास होता है कि मैं ज्यादा सोचता हूँ और हर चीज को बहुत गहराई से महसूस करता हूँ, पर मैं तहेदिल से चाहता हूँ कि तुम ठहर जाओ।

मेरे सबसे अच्छे दोस्त ने एक बार कहा था मुझे—

"मुझे नहीं लगता कि कोई भी मुझ से कभी प्यार कर सकता है?" 'सकता' (Can) ने मेरा दिल तोड़ दिया।

यह कितनी दिल को ठेस पहुँचाने वाली बात है कि आप यह महसूस करें कि किसी के लिए आपसे मोहब्बत करना···असंभव है। सिर्फ इसलिए क आप किसी दायरे में बँधे नहीं हैं, आप प्यार और स्नेह से सहेजे जाने के काबिल नहीं हैं कि प्यार किसी निश्चित तौर-तरीके से नजर आना है और यदि आप अपना रूप बदल नहीं सकते तो लोग भी आपको प्यार करने के लिए चुन नहीं सकते।

एक मुट्ठी जितना है आपका दिल, पर गमों के पहाड़ बन रहे हैं इसमें। आपके दिल में एक ऐसी याद है, जो आपका दम घोंट सकती है। जब आपके पिता ने अपकी माँ की कविताओं की किताबों को फाड़ दिया। जब आपके दादा ने कहा था कि आप हमेशा नाखुश रहोगे। जब आपकी दसवीं के उस अध्यापक ने कहा था कि आप अकादमिक स्तर पर कभी बेहतर नहीं हो सकते। आपके दिल में आपकी सोच से बहुत ज्यादा कुछ है, इसलिए यह हमेशा भारी लगता है। इसलिए जब-जब आपका दिल टूटता है, आपको यह अभास होता है कि सारी दुनिया ही टूट रही है।

फूल रखे हैं वहाँ
मुरझाए हुए आपकी खाने की मेज पर
उस इनसान को भेंट
किए जाने के लिए, जिसे आप
कहते हैं कि आप प्यार नहीं करते।

अपने दिल के टुकड़ों को
इकट्ठा करो
जिस तरह पंछी
खाने के टुकड़ों को
पड़ोस में इकट्ठा करते हैं
वो उदासी की बू,
सबको तोहफे में लपेटें
और जिस शख्स से आप मोहब्बत
करते हैं, उसे दे दें।

क्योंकि सर्दियाँ
सबसे खूबसूरत चीज है
अनुभव करने के लिए
जब तक
कोई आपके दिल को
गरम रखे,

और प्यार कई बार
उदासी के लिए
जगह ही नहीं छोड़ता,
क्योंकि वहाँ
एक हमसफर है
जो आपको इन सबके बीच
नजाकत से सँभालेगा।

ढलता सूरज अकेले देखना ठीक है, अपनी पसंदीदा जगह पर बिना किसी के साथ के पिज्जा खाना या उन जगहों की बिना किसी को साथ लिये यात्रा करना, जहाँ आप हमेशा से जाना चाहते हैं। अपने हमसफर से मिलने का ख्वाब देखना आपकी अपनी ख्वाबों की दुनिया को टालने की कीमत पर नहीं होना चाहिए।

बिना खिड़कियों के घर आपको वैसी घुटन नहीं देते, जैसे बिना स्नेह के घर। जब आप डिनर टेबल पर बहस करते हैं, पर कभी भी डिनर टेबल पर चर्चा नहीं करते। जब गलती से आपसे मेपल सिरप आपकी कमीज पर गिर जाए तो आपके पिता हँसते नहीं, बल्कि आपके गाल पर मुक्के से प्रहार करते हैं। जब आपके दिल के टुकड़े बैठक-कक्ष का कालीन बनाते हैं। आप तब तक प्यार नहीं समझते, जब तक आप ऐसी जगहों से बाहर न निकलें, जिनमें वो लोग रहते हैं, जो अब आपको और प्यार करना नहीं चाहते। आप तब तक प्यार नहीं खोज पाते, जब तक आपको यह अहसास न हो कि वे जगह और लोग कभी भी सुकून नहीं दे सकते, जिन्होंने आपको सिर्फ प्यार के अयोग्य अहसास करवाया हो।

अपने दिल की धड़कनों को सुनना कायनात को सुनने जैसा है, जो मुझे थोड़ी और देर रुकने को कह रही है। एक इशारा कि कोई मुझे बेहद प्यार करता है, मेरा नन्हा सा दिल आखिरकार राजी हो रहा है।

मेरी तमन्ना है कि आप सच में अपना दिल हथेली पर रख पाते।

मैं यह पुष्टि करना चाहता हूँ कि आप भी वैसा महसूस करते हैं, जैसा कि मैं।

कुछ लोग ऐसे होते हैं। उन्हें अपने पिज्जा पर आपकी तरह मशरूम पसंद नहीं होते। वे नहाते समय गाने नहीं सुनते। वे क्षिप्र लेखन नहीं लिखते। उन्हें यहाँ-वहाँ अल्पविराम गायब होने पर फर्क नहीं पड़ता। वे आपकी तरह गानों पर नहीं रोते। वे आपकी तरह बिल्कुल भी नहीं हैं, पर फिर भी आप उनके अलावा किसी और के साथ नहीं रहते, क्योंकि भले ही सब अलग है, पर आपके दिल एक से हैं। कोई भी कभी भी आपको वैसा महसूस नहीं करवा सकता, जैसा वो करवाते हैं।

जब तुम मुझे ठेस पहुँचाते हो, मैं यह बात खुद तक ही रखता हूँ। मैं रोता नहीं। मैं तुम पर पलटकर चिल्लाता भी नहीं, बल्कि मैं तुम्हें अपना हाथ थामने और अपने करीब खींचने को कहता हूँ। क्योंकि मैं जानता हूँ कि अगर मैंने तुम्हें यह बता दिया कि तुम मुझे तकलीफ दे रही हो, तुम बदले में मुझे थामना छोड़ दोगी।

तुम जैसी लड़कियाँ पिकनिक पर मुलाकातें और धूल भरे किताब-घरों में होंठों की छुअन के काबिल हैं। पुराने अखबार में लिपटी किताबें और उनमें हाथ से बनी पृष्ठ-स्मृतियाँ (बुक-मार्क)। तुम अपने बालों में छोटे-छोटे फूलों और दिल में ढेर सारी उम्मीदों की अधिकारी हो। शांत गलियों में देर तक चलना, दुनिया के सोने के बाद बारिश में नाचना, 'गुड मॉर्निंग' के संदेश और ऐसे ही 'आई मिस यू' अवतरण। तुम्हारी जैसी लड़कियाँ एक ऐसे प्यार की अधिकारी हैं, जो तुम्हें बरसात के बाद वाले आसमान में बदल दे। इससे कम में कभी न ठहरना।

तुम जैसे लड़के फूलों और गालों पर कोमल होंठों की घुअन के काबिल हैं। हाथ से लिखे नोट और फ्रिज पर स्नैपशॉट। कॉफी, जो थोड़ी ज्यादा मीठी है और अतिरिक्त मेपल सीरप वाले पैनकेक। आप प्यार के सबसे नाजुक रूप के अधिकारी हैं—ऐसा कोई शख्स जो आपका हाथ हलचल भरी गलियों में थामे, जिन रातों में आप सो नहीं पाते, आपको आगोश में ले, और जब जिंदगी कुछ ज्यादा भरी-भरी लगे तो आपको यह कहे कि आप ठीक रहेंगे। तुम जैसे लड़के सूरज की रोशनी सी मोहब्बत के काबिल हो। इससे कम में कभी न ठहरना।

□□□